

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Sendi, ligamen, serta otot pergelangan kaki dan kaki dirancang untuk memberikan stabilitas dan mobilitas pada struktur terminal ekstremitas bawah. Saat berdiri, kaki harus menumpu beban tubuh dengan pengeluaran energi minimum. Selain itu, kaki harus lentur atau relatif kaku bergantung pada berbagai kebutuhan fungsional, menyesuaikan dengan permukaan yang tidak rata atau sebagai pengungkit struktural guna mendorong tubuh ke depan selama berjalan dan berlari. Pada tumit dengan posisi yang salah yaitu cenderung ke arah *posterolateral* menyebabkan *fascia* lebih ter-*stretch* sehingga menyebabkan iritasi pada *fascia plantar*, misalkan penggunaan alas kaki yang tidak tepat seperti highheels atau alas kaki yang keras menyebabkan *fascia* lebih terulur dalam jangka waktu lama. Oleh karena itu, tumit dan telapak kaki cenderung mengalami gangguan gerak dan fungsi, salah satunya adalah *fasciitis plantaris* (Kisner, 2013).

*Fasciitis Plantaris* merupakan nyeri tumit yang disebabkan peradangan atau iritasi pada *fascia plantaris*. *Fasciitis plantaris* ditandai dengan adanya keluhan nyeri pada tumit saat injakan pertama di pagi hari, saat berjalan nyeri biasanya akan lebih berkurang. Namun rasa sakit kemungkinan dirasakan lagi saat berdiri lama atau bangun dari posisi

duduk. Rasa sakit biasanya dibagian depan dan dasar tumit (Assad et al., 2016).

*Fasciitis plantaris* adalah jenis yang paling umum dari cedera *plantar fasciitis*, diperkirakan mempengaruhi 10% dari populasi umum selama usia menengah (Gorden et al, 2012), juga 8% cedera kaki pada pelari terkait dengan *fasciitis plantaris* (Landorf et al., 2006). Gejala utama *fasciitis plantaris* adalah nyeri pagi atau nyeri pada awal aktifitas setelah istirahat (Ragab, 2012). Faktor risiko biomekanik dari *fasciitis plantaris* meliputi (gerakan pronasi yang berlebihan, mengurangi gerakan dorsi fleksi telapak kaki), alas kaki yang tidak tepat, obesitas, berdiri lama (Thomas, 2010).

“Sesungguhnya Allah telah menurunkan penyakit dan obatnya, demikian pula Allah menjadikan bagi setiap penyakit ada obatnya. Maka berobatlah kalian dan janganlah berobat dengan yang haram.” (HR. Abu Dawud dari Abud Darda’ radhiallahu ‘anhu). Fisioterapi memiliki peran yang penting pada kasus *fasciitis plantaris* dengan modalitas *ultrasound*, *myofacial release teknik*, dan *hold relax*. Kemudian diharapkan dengan mengetahui tanda dan gejala dari *fasciitis plantaris* ketika mengetahuinya untuk melakukan pemeriksaan pada instansi terdekat dan tidak membiarkan secara terus-menerus.

## B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam Karya Tulis Ilmiah ini adalah:

1. Apakah *ultrasound* (US) dan terapi latihan dapat mengurangi nyeri pada penderita *faciitis plantaris*?
2. Apakah *ultasound* (US) dan terapi latihan dapat mengurangi spasme pada otot *gastrocnemius* akibat *faciitis plantaris*?
3. Apakah *ultrasound* (US) dan terapi latihan dapat meningkatkan lingkup gerak sendi ankle pada penderita *faciitis plantaris*?

## C. Tujuan Penulisan

Tujuan dari penulisan karya ilmiah ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh *ultrasound* (US) dan terapi latihan terhadap pengurangan nyeri pada kasus *faciitis plantaris*.
2. Untuk mengetahui pengaruh *ultrasound* (US) dan terapi latihan untuk mengurangi spasme pada otot akibat *fasciitis plantaris*.
3. Untuk mengetahui pengaruh *ultrasound* (US) dan terapi latihan untuk meningkatkan lingkup gerak sendi pada penderita *fasciitis plantaris*.

## D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penulis

Untuk memperluas pemahaman tentang penatalaksanaan fisioterapi pada *faciitis plantaris*.

2. Bagi Masyarakat

Memberikan pengetahuan kepada pembaca maupun masyarakat tentang penatalaksanaan fisioterapi dengan modalitas *ultrasound* (US), *release*, dan terapi latihan pada kasus *fasciitis plantaris*.